metro PLUS+
SÃO PAULO
21 de dezembro de 2013
Edição número 32, ano 1

ANDRÉ PORTO/ METRO

Os novos quintais de SP

Clubes médios da capital se fortalecem entretendo crianças e oferecendo atividades para a família PÁG. 03

Mostra em homenagem a Kubrick pode ser vista até o dia 12, no MIS

Com a cidade mais vazia, período é ideal para curtir a programação cultural PÁG. 04

O MELHOR DA ESTAÇÃO

Para curtir o fim de semana

Inove. Não fique só nas compras natalinas. Aproveite também a programação do fim de semana

Obra 'Lobo', do artista brasileiro Renato Moriconi

ILUSTRAÇÕES

1ª Mostra de Arte Contemporânea em Literatura Infantil. A exposição é composta por 70 obras carregadas de diversão e sensibilidade, criadas para ilustrar livros infantis. A iniciativa é do brasileiro Favish Tubenchlak e tem a participação de artistas da Argentina, Israel e Estanos Unidos. **Caixa Cultural São Paulo. Praça da Sé, 111, Centro, tel.: 3321-4400. Ter. a dom., 9h às 19h. Grátis. Até 16.fev.**

Shrek e sua amada Fiona emocionam público infantil

TEATRO

'Puzzle'. A peça dirigida por Felipe Hirsch apresenta três diferentes encenações. Nesta reta final, ainda dá para ver hoje a "Puzzle b", destacada pelos textos do poeta Paulo Leminski e a crítica à nova classe rica paulistana. Amanhã a atração é "Puzzle c", que usa a linguagem sensorial para falar sobre o prazer do ato de ler e escrever. **Sesc Pinheiros. R.Paes Leme, 195, Pinheiros, tel.: 3095-9400. Hoje, 20h; amanhã, 18h. R$ 24 (inteira) e R$ 12(meia).**

PEÇA

Shrek – O Musical. Aproveite a última chance de curtir a saga do ogro mais carismático do cinema na adaptação teatral. Ao longo de pouco mais de duas horas, o personagem emociona e arranca risadas principalmente do público infantil ao lado da princesa Fiona e do Burro, seu parceiro de aventuras. **Teatro Bradesco. R.Turiassu, 2100, 3º andar, Perdizes, tel.: 3670-4100. Hoje e amanhã, 15h e 19h. R$ 90 a R$ 180.**

Hermeto Pascoal mostra versatilidade no Sesc Pompeia

'Puzzle' é uma das peças mais concorridas do ano

SHOW

Hermeto Pascoal. A poucos dias da chegada do Papai Noel, vale conferir de perto a barba branca e todo o talento do multi-instrumentista. Com performances brilhantes no teclado, berrante, flauta e até copo com água, o alagoano se apresenta ao lado de seu grupo, que mantém a mesma formação há 40 anos. **Sesc Pompeia. R.Clélia, 93, Pompeia, tel.: 3871-7700. Hoje, 21h; amanhã, 19h. R$ 30 (inteira) e R$ 15 (meia).**

INFANTIL

Alice no País das Maravilhas. O espetáculo anima a criançada em seus últimos dias de exibição. A versão do clássico de Lewis Carrol aposta no nonsense e no estilo pastelão para contar a história da menina Alice (Helena Cerello). Após cair no buraco enquanto persegue um coelho, a loirinha convive com criaturas fantásticas num mundo de "faz de conta". **Teatro Alfa. Rua Bento Branco De Andrade Filho, 722, Sto.Amaro, tel.: 5693-4000. Hoje e amanhã, 16h. Até R$ 30.**

Charge coloca Obama e Super-Homem lado a lado

EXPOSIÇÃO

Esta sala é uma piada. A atração reúne 36 obras de artistas de 10 países. Os cartuns e charges foram selecionadas do 40º Salão Internacional de Piracicaba e abordam acontecimentos marcantes do ano, como os protestos de junho por todo o Brasil. **Museu da Língua Portuguesa. Praça da Luz, s/nº, Bom Retiro, tel.: 3322-0080. Ter., 10h às 22h; qua. a dom., 10h às 18h. R$ 6 (inteira) e R$ 3 (meia). Grátis às terças. Até 9.mar.**

'Alice' empolga garotada com humor pastelão

REDAÇÃO - 011/3528-8522
leitor.sp@metrojornal.com.br
COMERCIAL: 011/3528-8549

O jornal **Metro** circula em 23 países e tem alcance diário superior a 20 milhões de leitores. No Brasil, é uma joint venture do Grupo Bandeirantes de Comunicação e da Metro Internacional.

"A tiragem e distribuição desta edição é de **100.000 exemplares**."
Editado e distribuído por Metro Jornal S/A. Endereço: rua Tabapuã, 81, 14º andar, Itaim, CEP 04533-010, São Paulo, SP.

EXPEDIENTE
Metro Brasil. Presidente: Cláudio Costa Bianchini (MTB: 70.145). **Editor Chefe:** Luiz Rivoiro. (MTB: 21.162). **Diretor Comercial e Marketing:** Carlos Eduardo Scappini. **Diretora Financeira:** Sara Velloso. **Diretor de Tecnologia e Operações:** Luiz Mendes Junior. **Gerente Executivo:** Ricardo Adamo. **Editor-Executivo de Arte:** Vitor Iwasso. **Coordenador de Redação:** Irineu Masiero.

Metro Plus.
Editora Executiva: Lara De Novelli.
Editora: Patrícia Guimarães.
Repórteres: Wanise Martinez e Rodrigo Garibaldi (colaborador).
Editor de Arte: Daniel Lopes.
Gerentes Comerciais: Tânia Biagio e Elizabeth Silva.

FOTÓGRAFO/AGÊNCIA

A NOVA CARA DOS CLUBES

Espaços não têm o mesmo glamour do passado, mas ainda conseguem competir com atrações das academias e de condomínios de luxo

Programas de férias atraem a garotada

Como fazer frente a pacotes com aulas de ioga, musculação, artes marciais e outras "milhares" de ofertas a preços acessíveis nas academias? Ou aos condomínios de alto padrão abarrotados por quadras, piscinas e espaços sociais? Estas são as questões que assombram os clubes sociais de São Paulo na última década.

Potências esportivas e pontos de encontro de famílias e de jovens no passado, muitos deles não souberam se adaptar à nova realidade. É o caso do gigante Tietê, que fechou as portas no ano passado. Mas, apesar da tendência geral de queda de sócios, alguns souberam driblar a crise e se reinventaram - com atrativos culturais, espaços de convivência e monitores para as crianças enquanto os pais se divertem.

Veja como cinco grandes clubes da cidade aprenderam a se destacar nos dias de hoje. METRO

+ ESPERIA

Título: A partir de R$ 2.600
Mensalidade: A partir de R$ 189
Recorde: 15 mil sócios
Hoje: 7.200 sócios

Lotado há 20 anos, o clube centenário viu o público despencar até 2009. "Os sócios da classe média da zona norte viveram dificuldades econômicas e cortaram verbas do lazer", justifica o presidente Armando Perez. Para se reerguer, a diretoria se espelhou no modelo das academias – o contrato hoje é só de um ano e as famílias podem aproveitar as dependências e ainda fazer aulas de todos os esportes sem taxas adicionais. Em janeiro, a aposta é incluir os amigos das crianças associadas para uma programação recreativa de férias, que inclui lanche e almoço. **Av. Santos Dumont, 1313, Santana, tel.: 2223-3300. www.esperia.com.br**

Rugby feminino é um diferencial do clube

+ CLUBE ATLÉTICO SÃO PAULO

Título: R$ 3 mil
Mensalidade: R$ 534 (titular)
Recorde (atual): 3.500 sócios

A tradição dos sócios de família britânica marca o clube mais velho da cidade (125 anos). Porém, há quatro anos, a saída de muitos deles por conta dos amplos "condomínios-clube" forçou a diretoria a mudar de estratégia e buscar associados da região de Higienópolis, repleta de edifícios antigos. "Ganhamos o perfil de clube de bairro, mais alegre e multicultural", conta o diretor Eric Nice. O pioneirismo em esportes britânicos, como beisebol e cricket, segue como diferencial. Na sede de Santo Amaro, há quadra oficial de rugby e 160 atletas, incluindo crianças e mulheres. Sedes: **R.Visconde de Ouro Preto, 119, Higienópolis, tel.: 3217-5944 / Av. Robert Kennedy, 1148, Sto.Amaro, tel.: 5686-2200. www.spac.org.br**

PAINEIRAS DO MORUMBY

Título: R$ 90 mil
Mensalidade: A partir de R$ 543
Em queda: 4.600 títulos
Hoje: 5.200 títulos

A fase de declínio ocorreu há 10 anos, com a perda de sócios para os atrativos dos condomínios de luxo. "Tivemos que nos empenhar para mostrar que podíamos oferecer muito mais do que os espaços dos prédios", diz o presidente Sergio Stauffenegger. Opções como cursos de teatro, estrutura que inclui sete piscinas aquecidas e 15 quadras de tênis e a formação de crianças (a escola de ballet do Paineiras é a maior do país) falaram mais alto. O conceito de resort também renovou o clube. Aos finais de semana, casais jovens podem curtir à vontade enquanto monitores fazem recreações com seus filhos pequenos. **Av. Dr. Alberto Penteado, 605, Morumbi, tel.: 3779-2000. www.clubepaineiras.com.br**

Peças do cineteatro atraem os sócios

Piscina já ficou mais cheia até os anos 90

+ JUVENTUS

Título: R$ 2.700
Mensalidade: R$ 168
Recorde: 130 mil sócios
Hoje: 48 mil sócios

Foi o clube paulistano com maior número de sócios nos anos 1980 e 1990. Para a diretoria, a queda para 35 mil sócios veio com a preferência dos jovens por baladas, shoppings e bares e até a maior facilidade para ir à praia aos finais de semana. Mesmo consciente da nova realidade, o Juventus voltou a crescer após criar a quadra de futebol society, em 2006, e investir em piscinas olímpicas aquecidas. Os novos prédios de médio padrão na Mooca têm até ajudado o clube a captar novos sócios. **R. Comendador Roberto Ugolini, 20, Mooca, tel.: 2271-2000. www.juventus.com.br**

CRISE?

+ PINHEIROS

Título: A partir de R$ 13 mil
Mensalidade: R$ 322
Recorde (atual): 38 mil sócios

Pinheiros abre espaço para apresentações infantis

A palavra jamais fez parte do vocabulário do clube. Há até fila de espera por novos títulos, que são vendidos pelos raros sócios que deixam o local. O público fiel é mantido com a programação de atrações culturais e aulas de teatro, música e idiomas, entre outras. A força esportiva é outra marca e os atletas infantis e mirins chegam a ser acompanhados por medalhistas olímpicos e de mundiais em judô e natação. Nas férias, as crianças participam de atividades como paintball e pesca submarina. **R. Angelina Maffei Vita, 493, Jd.Europa, tel.: 3598-9700. www.ecp.org.br**

ESTAÇÃO SEM FILAS

Com o verão, as ruas mais vazias e tranquilidade para andar de carro e transporte público, janeiro é a melhor época para curtir programas culturais em São Paulo

A expectativa para o Natal e o Ano Novo só aumenta a cada dia. Mas e, após as ceias, os presentes e os fogos, o que fazer? Relaxe. O fim das festas está longe de ser motivo para desânimo, principalmente para quem resolver ficar por aqui mesmo em janeiro.

Este é o período ideal para aproveitar bem as atrações culturais por todos os cantos de São Paulo. A começar pelo fôlego no trânsito e os ônibus e metrôs muito mais vazios. Mesmo com o rodízio suspenso até o dia 10, a estimativa da CET é de até 750 mil veículos a menos nas ruas (redução de 20% no tráfego) ao longo do mês, graças às férias escolares e a debandada de outros milhões nas viagens ao interior e o litoral no Réveillon.

Assim, preparamos para você um roteiro com algumas exposições e espetáculos que já bombaram neste ano (até mais baratos e com concorrência bem menor) e também shows que prometem empolgar o público no comecinho de 2014. Programe-se e desfrute ao máximo da metrópole em janeiro! METRO

Arlindo Cruz abrirá programação

Arlindo Cruz
Sesc Pinheiros – a 1,2km do Metrô Pinheiros. O sambista abre a temporada 2014 apresentando os sucessos de último disco - "Batuques do Meu Lugar". No show, são interpretadas as canções "Meu Poeta" e "Ainda dá tempo de ser feliz", cantadas ao lado de Zeca Pagodinho no DVD ao vivo, e "Quando falo de amor", gravada em parceria com Alcione. **R.Paes Leme, 195, Pinheiros, tel.: 3095-9400. 2 a 4 jan., 21h; 5 jan., 18h. Até R$ 32.**

Lenine.
9 a 11 jan., 21h; 12 jan., 18h. Até R$ 32.

Elba Ramalho.
23 a 25 jan., 21h. Até R$ 32.

Sesc Pinheiros – R.Paes Leme, 195, Pinheiros, tel.: 3095-9400

Zeca Baleiro.
3, 4, 10 e 11 jan., 21h; 5 e 12.jan., 18h. Até R$ 40.

Sesc Belenzinho – a 600m do Metrô Belém. R.Padre Adelino, 1000, Belém, tel.: 2076--9700.

Família Caymmi - 100 Anos de Dorival Caymmi.
9 a 11 jan., 21h; 12jan. 19h. Até R$ 40.

Jorge Ben Jor.
23 e 24 jan., 21h; 25 e 26.jan., 18h30. Até R$ 50.

Sesc Pompeia – R.Clélia, 93, Pompeia, tel.: 3871-7700.

Jorge Ben Jor se exibirá no Sesc Pompeia

ANDRÉ PORTO/ METRO

Exposição destaca objetos de cena dos filmes de Kubrick

Stanley Kubrick
MIS – a 3km do Metrô Consolação. A homenagem ao ícone do cinema segue até o dia 12. A exposição destaca objetos de cena de seus filmes, como figurinos originais de "2001: Uma Odisseia no Espaço". **Avenida Europa, 158, Jd. Europa, tel.: 2117-4777. Ter. a sex., 12h às 21h; sáb. 10h às 22h; dom. e feriados, 11h às 20h. R$ 10 (inteira) e R$ 5 (meia). Grátis às terças.**

"CAZUZA mostra sua cara"
Museu da Língua Portuguesa – ao lado do Metrô Luz. A exposição vai até 23 de fevereiro. Na entrada, imagens de Cazuza são seguidas de versos de suas canções. Nas salas, banners com frases como "Brasil, mostra a tua cara!" dividem espaço com tênis e camisas do cantor. E ainda dá para cantar seus sucessos no karaokê. **Pça. da Luz, s/ nº, Bom Retiro, tel.: 3322-0080. Ter., 10h às 22h; qua. a dom., 10h às 18h. R$ 6 (inteira) e R$ 3 (meia).**

Cazuza mostra sua cara ao público até fevereiro

FOTOS: DIVULGAÇÃO

Fagundes abusa do humor ácido em 'Tribos'

"Tribos"
Tuca – a 2,4km do Metrô Clínicas. A peça produzida e encenada por Antonio e Bruno Fagundes (que interpretam também pai e filho) retorna aos palcos no dia 17. Na comédia, o jovem Billy (papel de Bruno) brilha como o único surdo de uma família politicamente incorreta. Enquanto isso, Antonio arranca risadas da plateia pelos diálogos ácidos e cheios de humor negro de seu personagem Cristopher. **R. Monte Alegre, 1024, Perdizes, tel.: 3670-8453. Sex. e sáb., 21h; dom. 18H30. 17.jan a 27.abr. R$ 60 (sex. e dom.) e R$ 70 (sáb.).**

Musical "O Rei Leão"
Teatro Renault – a 1,8km do Metrô Liberdade. Destaque na Broadway há 16 anos, a versão da saga do leão Simba caiu no gosto não só das crianças por aqui. A temporada 2013 acaba amanhã, mas volta com promoções a partir do dia 8. O clássico da Disney é incrementado por elementos do teatro de máscaras e marionetes e a interpretação de Gilberto Gil para a canção-tema do filme, de Elton John. **Av. Brig. Luís Antônio, 411, Bela Vista, tel.: 4003-5588. Qua. a sex., 21h; sáb. 16H e 21h; dom. 14h e 18h30. De R$ 50 (Balcão B) a R$ 270 (valor máximo do Setor Premium).**

Teatro de máscaras no musical 'O Rei Leão'

EXPOSIÇÕES

SHOWS

TEATRO

+ MAIS NA REGIÃO

18º Videobrasil
Sesc Pompeia – a 2,5km do Metrô Barra Funda
Até 2.fev – R.Clélia, 93, Pompeia, tel.: 3871-7700. Ter. a sex., 10h às 21h; sáb., dom. e feriados, 10h às 19h. Grátis.

Redes participantes:

Barbosa
Carrefour Bairro
Carrefour Hipermercado
Chama
Coop
Irmãos Lopes
Joanin
Rede Plus
Wallmart Supercenter
Wallmart Todo Dia
Bergamais
Bergamini
Ricoy Supermercados
Russi
Casa Negreiros
Veran
Semar
Davó
Dias Pastorinho
Hirota
Satmo
Yamauchi
Ourinhos
Rossi
Saito

VOU PRA VUPABUSSU...

ANDRÉ PORTO/ METRO

Empório Alto dos Pinheiros: 600 cervejas de todo o mundo

Conheça a rua que reúne cervejas artesanais, alta gastronomia e comida de boteco em meio ao verde do Alto de Pinheiros

A Vupabussu é um daqueles cenários típicos do Alto de Pinheiros – ladeado por vias bem arborizadas, repletas de guaritas e onde ainda predominam casarões. O clima mais seguro e de calmaria, mesmo tão próximo das movimentadas avenidas Brigadeiro Faria Lima e Pedroso de Morais, se tornou um prato cheio para empresários transformarem a ruazinha de apenas 400 metros num "oásis comercial" nos últimos anos. "São várias propostas diferentes dentro de uma rua que está se transformando em referência gastronômica", avalia Erik Praxedes, proprietário do Forquilha, inaugurado em junho deste ano.

Além do pessoal que trabalha por ali, os moradores da região formam grande parte do público das lojas de roupas e sapatos, bares e restaurantes do local. As opções são ideais para quem pode ir a pé e experimentar bebidas de qualidade sem preocupações.

Para você que ainda não conhece a Vupabussu, aproveite nossas dicas e curta um bom almoço, jantar ou happy hour. METRO

AVENIDA BRIG. FARIA LIMA
RUA PADRE CARVALHO
RUA FERREIRA DE ARAÚJO
RUA VUPABASSÚ
RUA NATINGUI
RUA COSTA CARVALHO
RUA OURIZONA
RUA NICOLAU GAGLIARDI
AVENIDA PROF. FREDERICO HERMANN JÚNIOR
71
199
305
347

SACHA GRILL

Mais uma filial do Bar Sacha, tradicional na Vila Madalena e Vila Beatriz. A cerveja barata (garrafas de 600ml a partir de R$ 4,99) é ideal para o happy hour, assim como a "Pinga do Sacha", curtida no barril de carvalho e com leve tom alaranjado e gosto de uísque. Não saia sem provar a costela de ripa no bafo acompanhada de mandioca cozida, que serve até três pessoas. **R. Natingui, 1558 (esq. com a R.Vupabussu), Pinheiros, tel.: 3032-8811. Seg. a sáb., 12h à 1h; dom. 12h às 0h.**

Costela de ripa com mandioca do Sacha Grill

Robalo ao molho de coco

Fotos de viagens ilustram o ambiente do 'Gosto'

GOSTO NATURAL ORGÂNICO

Como já diz o nome, o pequeno restaurante se destaca por receitas orgânicas, como a sopa velouté de agrião com espinafre e o robalo grelhado ao molho de coco, servido com purê de banana-da-terra. A ausência de conservantes marca também a carta de vinhos e outros produtos vendidos, como o sal rosa do himalaia. Quadros com fotos tiradas em viagens ao redor do mundo pela chef Juliana Kratz embelezam o ambiente. **R. Vupabussu, 71, Pinheiros, tel.: 3796-9256. Seg. a sáb., 8h às 16h.; dom., 11h às 16h.**

Bar restaurante Forquilha aposta em culinária 'ítalo-caipira'

FORQUILHA

O ambiente rústico com luz baixa marca o tom intimista do bar restaurante. Pratos italianos com acento caipira saem do forno à lenha com gosto de comida caseira. Bons exemplos são os líderes de vendas "lasanha mamadi" e "gnoque Vó Mercedes", que tem o sabor interiorano de linguiça artesanal moída. Entre os drinques, destaque para o negroni batido com gim inglês. Os clientes ainda podem se servir de rótulos variados de vinhos na máquina Enomatic. **R. Vupabussu, 347, Pinheiros, tel.: 2371-7981. Qua. a sex. 12h às 14h30/19h30 às 23h30; sáb, 12h30 às 16h30/19h30 às 23h30; dom. 12h30 às 16h30. Fechado entre 23.dez e 22.jan**

Requinte e o melhor da culinária francesa

RUELLA

O ambiente externo do bistrô tem cara de viela parisiense, com cadeiras e portas coloridas, muitas plantas e gravuras nas paredes. A música francesa embala as refeições. Clássicos locais como o confit de pato (acompanhado de batata gratinada) e o mignon de cordeiro, servido com cuscuz marroquinho, encabeçam o cardápio. **R. Vupabussu, 199, Pinheiros, tel.: 3097-9257. Ter. a sáb., 20h à 1h.; dom., 12h às 18h.**

Empório é referência nacional em cervejas importadas

EMPÓRIO ALTO DOS PINHEIROS

A casa é referência nacional em cervejas artesanais. O público delira em frente às estantes com mais de 600 rótulos do mundo todo. Aos amantes de gostos exóticos, vale experimentar a norte-americana Rogue Voodoo, com aroma de bacon. Para quem procura bebidas fortes, a sugestão é o petardo escocês Brewdog Tactical Nuclear Penguin (32% de teor alcólico). Das máquinas de chopes, saem 32 opções. O holandês La Trappe Quadrupel e o belga Deliriun Tremens, ambos de 250ml, são os mais requisitados. **R. Vupabussu, 305, Pinheiros, tel.: 3031-4328. Dom. a qui., 12h às 0h.; sex e sáb., 12h à 1h.**

+ MAIS NA REGIÃO

Bráz Pizzaria
R.Vupabussu, 271, Pinheiros, tel.: 3037-7975. Dom. a qua., 18h30 às 0h; qui., 18h30 às 0h; sex. e sáb., 18h30 à 1h30.

Vinil Burger
R. Padre Carvalho, 18 (esq. com a R.Vupabussu), Pinheiros, tel.: 3032-1442. Todos os dias, 12h às 0h.

Pirajá
Av. Brig. Faria Lima, 64 (ao lado da R.Vupabussu), Pinheiros, tel.: 3815-6881. Seg. a qua., 12h à 1h; qui. a sáb., 12h às 2h; dom., 12h às 19h.

UM PONTO VERDE NO MINHOCÃO

Novo jardim vertical traz novos ares ambientais e artísticos em meio à poluição do centro de São Paulo

+ ONDE
Edifício residencial Honduras. Largo Padre Péricles, 34, Centro (ao lado do Minhocão).

Jardim é o primeiro do tipo na Am. Latina

Uma das áreas mais cinzentas e com maior trânsito da capital, o Minhocão tem agora ao menos um oásis de arborização. É o primeiro jardim vertical da América Latina instalado num prédio com empenas cegas (paredes laterais sem janelas ou outro tipo de entrada de ar). A intervenção, feita sobre uma estrutura de material reciclado e placas revestidas de feltro, ficará por ali até dezembro de 2014, com a possibilidade de renovação por mais um ano.

A ideia é usar a criatividade para renovar o contexto urbano e a estética paulistana. Não só pela imagem, mas principalmente pela sustentabilidade. "Isso pode impactar positivamente a vida de muitas pessoas e inspirá-las a transformar o que parecia impossível, como o Minhocão", avalia Rafael Souza, representante da marca de vodka Absolut, idealizadora do projeto.

O **Metro** mostra a você todas as inovações do jardim vertical. Confira! METRO

GANHOS PARA O MEIO AMBIENTE

Isolante térmico e acústico

Aumento da umidade e qualidade do ar

Filtragem de gases poluentes

30%
de redução da poluição no entorno do projeto – estimativa da Universidade de Birmingham, na Inglaterra

Durante a noite, mais arte

FOTOS: DIVULGAÇÃO

Arte e mudança de paradigma

Enquanto a empena cega direita é usada para o jardim, à esquerda do edifício foi instalada uma exposição a céu aberto, desenvolvida pelos alunos do Instituto Escola São Paulo.

Por meio de um software, eles captaram os ruídos do trânsito do Minhocão. As ondas captadas inspiraram o formato da estrutura metálica gigante, revestida por tintas e com iluminação especial que chama a atenção dos motoristas e pedestres da região à noite. A proposta artística é representar a mistura possível entre a beleza do caos paulistano e a necessidade de preservar a natureza.

> "Queremos mostrar que todas as paredes dos prédios do Minhocão poderiam se tornar jardins e fazerem dali um pulmão para o centro de São Paulo"
>
> GUIL BLANCE, DIRETOR EXECUTIVO DO MOVIMENTO 90º, RESPONSÁVEL PELA CONSTRUÇÃO DO JARDIM VERTICAL

De tudo um pouco

Última hora. Se ainda não deu tempo de ir às compras, inspire-se com as sugestões reunidas aqui

Headset Gaming Naja Black Dazz. Preço sugerido: R$ 199 www.dazz.net.br

Batom Le Rouge Givenchy. Preço sugerido: R$ 104. www.sephora.com.br

Uno Passeio Premium Rosa Preço sugerido: R$ 559. www.brinquedosbandeirante.com.br

Vestido infantil Mineral Kids Preço sugerido: R$ 29,90 a R$ 34,90. www.amazingstore.com.br

Amplificador Bloco Preto Imaginarium. Preço sugerido: R$ 129,90. www.imaginarium.com.br

Bolsa Lilica Ripilica Preço sugerido: R$ 154,90. www.lilicaetigor.com

Camisa Siberian. Preço sugerido: R$ 249,90. www.siberian.com.br

Relógio Chilli Beans RE.CR.0074-1 Preço sugerido: R$ 298. www.chillibeans.com.br

Kit de maquiagens "Groovy Kind Love". Preço sugerido: R$ 180. www.sephora.com.br

Carteira de couro Crawford Preço sugerido: R$ 99,90. www.crawford.com.br

Sapato de menina Tigor T. Tigre Preço sugerido: R$ 139,90. www.lilicaetigor.com

PAPO, QUITUTE E CAFÉ

Por Giuliana Bastos

CAFÉ PERSONALIZADO

Seleção é feita na hora

Para quem aprecia café, morar em São Paulo é um privilégio. Coisas novas pipocam aqui e ali o tempo todo. Outra acaba de surgir no Octavio Café. A cafeteria do Itaim inaugurou a Blend Station, cantinho onde o cliente pode fazer café customizado. Funciona assim: o barista pergunta as preferências do cliente. Depois, mistura, ali, na frente dele mesmo, diferentes grãos da fazenda da marca, de Pedregulho (SP), que apresentam doçura, acidez e corpo diversos. O café é embalado com o nome do cliente (ou do presenteado) e, pronto, está ali o café personalizado. Após ter seu blend criado, o cliente pode levar para casa ou prová-lo e oferecê-lo aos amigos na cafeteria. O preço (R$ 45, por 300 g) não é barato, mas vale pela exclusividade. **Blend Station Octavio Café - Av. Brigadeiro Faria Lima, 2.996, Jd. Paulistano, tel. (11) 3074-0110.**

Para adoçar seu sábado

Não sabe chegar no Ipiranga? Logo vai aprender. Foi lá que o top padeiro Rogério Shimura abriu uma escola de panificação e confeitaria e, para a nossa alegria, também loja de quitutes. Uma dica são os donuts (R$ 4,50, pequeno, ou R$ 5, grande), vendidos sábado sim, sábado não. Hoje, das 11h às 18h, há versões com recheio de doce de leite ou creme, cobertos com confeitos. Gostinho de infância feliz. **Rogério Shimura – Loja de Fábrica – R. Dom Lucas Obes, 494, Ipiranga, tel. (11) 4562-0410**

Giuliana Bastos é editora assistente da Revista Espresso, autora do "Dicionário Gastronômico Café com suas Receitas", formiga assumida e apaixonada por uma bela xícara de café

+ PELO MUNDO

VI UMA CORUJINHA!

Essa coruja espertinha colocou a cabeça para fora e piscou para Jari Peltomaki, em Siikajoki, Finlândia. O fotógrafo não perdeu tempo e publicou a pose em seu livro "Owls" (corujas, em inglês), lançado em parceria com seu amigo de profissão David Tipling. | ARI PELTOM/SOLENT NEWS & PHOTO AGENCY

Cruzadas

www.coquetel.com.br © Revistas COQUETEL

- Significa "certo" na correção da prova
- Forma alternativa de tratamento através das cores
- O número como o 5
- "Todo", em "onipresente"
- Ardil
- Explosivo usado por terroristas
- Diz-se do animal que obedece aos comandos do dono
- A ala das crianças, em escolas de samba
- "Tensão", em TPM
- 104, em romanos
- Time rival do Cruzeiro (sigla)
- Mapa, em inglês
- Caixa (?): "abrigo" dos pulmões
- Taxar
- Lavra
- Disparar arma de fogo
- Mamífero que se alimenta de bambu
- Gênero musical de Criolo
- O ritual como a magia negra
- Material de cestas e esteiras
- (?) Vianna, atriz paulista
- Tipo de broche
- Odair Ferreira, atleta paraolímpico
- Muito bom! (gír.)
- Variedade de massa de macarrão
- Domínio de sites de ONGs (Inform.)

BANCO: 3/map — org — pin — rap. 4/cris.

Sudoku

Para solucionar o jogo, basta preencher com números de 1 a 9 as linhas verticais e horizontais sem repeti-los.

		5	7		8	3		
7				5				6
6			2		3			7
		9				1		
8			1		4			5
9				7				4
		8	3		1	7		

Soluções

Diretas

■	C	■	■	O	■	■	B
T	R	E	I	N	A	D	O
■	O	■	M	I	R	I	M
■	M	A	P	■	T	■	B
T	O	R	A	C	I	C	A
■	T	A	R	I	F	A	R
■	E	■	■	V	I	M	E
■	R	A	P	■	C	■	L
S	A	T	A	N	I	C	O
■	P	I	N	■	O	R	G
■	I	RA	D	O	■	I	I
P	A	R	A	F	U	S	O

Sudoku

4	6	5	7	1	8	3	9	2
1	9	2	4	3	6	5	7	8
7	8	3	9	5	2	4	1	6
6	5	1	2	8	3	9	4	7
2	4	9	5	6	7	1	8	3
8	3	7	1	9	4	6	2	5
9	1	6	8	7	5	2	3	4
3	7	4	6	2	9	8	5	1
5	2	8	3	4	1	7	6	9

Horóscopo

Está escrito nas estrelas

Áries (21/3 a 20/4)
Há mais chances para lidar com responsabilidades profissionais diferentes. Projetos a longo prazo tomarão dedicação especial.

Touro (21/4 a 20/5)
Período positivo para aperfeiçoar conhecimentos, lidar com atividades culturais e que possam revitalizar sua mente. Aproveite o momento.

Gêmeos (21/5 a 20/6)
Momentos de intimidade e confidências serão mais frequentes e intensos nos relacionamentos, principalmente em família e na vida amorosa.

Câncer (21/6 a 22/7)
O envolvimento com assuntos de outras pessoas tende a ser mais frequente. Cuide para não esquecer os seus assuntos por isso.

Leão (23/7 a 22/8)
A atenção a detalhes profissionais será determinante na resolução de problemas. Período para mais cuidados com o corpo e a saúde.

Virgem (23/8 a 22/9)
Período propício para divulgações no trabalho. Diversões e momentos sociais serão mais frequentes, favorecendo até mesmo a vida afetiva.

Libra (23/9 a 22/10)
Interesses que envolvam o meio familiar trarão empenho de sua parte com boas chances para esclarecer problemas.

Escorpião (23/10 a 21/11)
Atividades culturais serão prioridades e ajudarão a amenizar o stress da rotina. Bom momento para leitura e para o início de estudos.

Sagitário (22/11 a 21/12)
Na vida afetiva o momento é para boas conversas sobre costumes individuais e principalmente sobre valores com quem se relaciona.

Capricórnio (22/12 a 20/1)
O Sol ingressa em seu signo e inicia a época de aniversário dos nativos de seu signo, algo o motiva para projetos.

Aquário (21/1 a 19/2)
Evite que manias antissociais não atrapalhem momentos de lazer, diversões e até ocasiões que façam bem a vida amorosa.

Peixes (20/2 a 20/3)
A integração com amigos trará motivação para deixar de lado momentos de isolamento ou, como diz a gíria, para "sair mais da toca".

São Paulo,
21 de dezembro de 2013
Edição nº 76, ano 2

www.metrojornal.com.br | leitor.sp@metrojornal.com.br | www.facebook.com/metrojornal | @jornal_metro

Não fique no caminho

Saiba o que você realmente precisa fazer no seu carro antes de pegar a estrada nas férias PÁG. 12

Manutenção preventiva garante segurança e economia

DIVULGAÇÃO

Em poucas horas é possível garantir mais segurança

Prevenção. Intensificadas no fim do ano, as manutenções nos veículos englobam um grande leque de itens que, se analisados, evitam acidentes e dores de cabeça

Revisão automotiva: **passaporte para as férias**

Você já deve ter escutado alguma vez na vida que 'carro é como um filho', por conta dos cuidados necessários e, principalmente, pelo dinheiro investido para mantê-lo. E a afirmação procede. Afinal, de acordo com uma recente pesquisa do Ibope, os brasileiros desembolsaram cerca de R$ 277 bilhões com automóveis em 2013 – incluindo compra de carros, acessórios, serviços, manutenção e combustível – e esse número deve aumentar nos últimos dias do ano, época em que as revisões automotivas passam a ser mais procuradas pelos usuários pela proximidade das datas comemorativas, das férias e, principalmente, pela chegada do 13º salário.

Segundo um estudo publicado no Brasil na última década, o GMA (Grupo de Manutenção Automotiva) identificou que o fator veículo fora responsável por 27% dos acidentes em uma amostra de três mil ocorrências.

30%

é o que se pode economizar com manutenção preventiva se comparada a corretiva

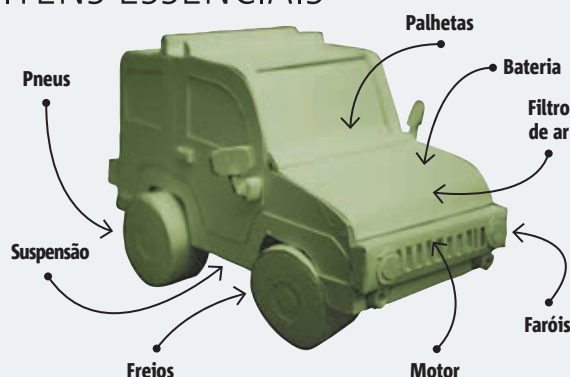
"Geralmente, o motorista só vai à oficina quando o veículo já apresenta um problema. Porém, quando o reparo é realizado de forma preventiva, é possível minimizar os custos e os danos", diz Antônio Fiola, porta-voz do GMA e presidente do Sindirepa (Sindicato da Indústria de Reparação de Veículos e Acessórios do Estado de São Paulo).

E uma máquina com tanta tecnologia, precisa de inúmeros cuidados. De acordo com Fiola, a lista é extensa, mas os principais aspectos que devem ser analisados durante uma revisão, seja lá em qual época do ano for, são: freio, suspensão, amortecedores, bateria, óleo, motor, faróis, pneus e embreagem. "É importante fazer revisões nos veículos para garantir segurança no trânsito, valorização do patrimônio, mais conforto e tranquilidade e menor despesa, já que a manutenção preventiva é 30% mais econômica do que a corretiva."

Embora seja difícil prever o valor da revisão, uma vez que depende do desgaste dos componentes, é importante acompanhar a troca das peças e verificar a necessidade de substituí-las, sobretudo nas concessionárias. METRO

RICHARD LEWISOHN/ IMAGE SOURCE

Acompanhar a revisão é importante

ITENS ESSENCIAIS

*FONTE: ABNT (ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS) – NBR 14624

O QUE FAZER?

Analise o fluído, os discos, as pastilhas e o tambor dos freios para garantir mais segurança

Avalie os amortecedores, as molas, as bandejas e braços, e a barra estabilizadora

Se o filtro de ar estiver escuro e com acúmulo de sujeira e poeira, é necessária a troca

A bateria deve estar com a carga cheia e em pleno funcionamento para evitar transtornos

Os faróis devem iluminar uniformemente, assim como as luzes de direção do carro

Pneus precisam estar em bom estado, alinhados e balanceados. Lembre-se de calibrá-los

Observe se há vazamento de óleo, e verifique o nível do líquido de arrefecimento

Como 'LEVAR A CASA' na viagem?

Bagageiros. Mercado oferece diversos produtos que aumentam a capacidade de carga dos veículos, mas é preciso que eles sejam adequados à legislação

Suportes são boas soluções para as bicicletas

FOTOS: DIVULGAÇÃO

O transporte de babagem no teto deve considerar o tamanho da carroceria do carro

O engate deve ter cabeça maciça e arredondada

O engate para tampa do porta malas não pode impedir a visão da placa

Suportes para bicicletas são os mais comuns

Baús transportam a carga com segurança

Junto com o período das férias, um dilema acompanha muitos motoristas: como encaixar tanta bagagem no carro antes de pôr o pé na estrada? O impasse, que aflige tantas famílias, que não conseguem "levar a casa" dentro de um porta-malas, pode ser solucionado de diversas formas, com bagageiros, suportes e reboques (trailers, baús e carretas). Mas é preciso ter muita atenção para não infringir o Contran (Conselho Nacional de Trânsito), órgão máximo normativo do Código de Trânsito Brasileiro, que é rigoroso neste quesito.

Os bagageiros, por exemplo, podem ser acoplados no teto ou nas barras longitudinais dos automóveis e comportar diversos quilos de bagagem extra. Porém, de acordo com a legislação vigente, a carga tem que respeitar o peso máximo especificado no manual do fabricante, não pode ultrapassar a altura de 50 cm – exceto no transporte de bicicletas –, o comprimento da carroceria e a largura do teto. Além disso, a lei determina que cargas indivisíveis que ultrapassam a traseira do veículo devem ser sinalizadas em sua extremidade com luz e refletor vermelhos.

Outra solução para aqueles que necessitam de mais espaço nos veículos são os suportes – que comportam objetos como bicicletas, pranchas de surfe, etc. Para este caso, a lei prevê uma série de itens, dentre elas que o motorista respeite o peso máximo especificado para o veículo, que o suporte não exceda a largura máxima do carro e nem oculte as luzes traseiras e, principalmente, caso a placa do automóvel fique parcial ou totalmente coberta, que seja instalada uma segunda placa, lacrada ao lado direito do equipamento ou no próprio veículo.

As soluções existem até mesmo para os condutores que queiram transportar motocicletas, lanchas ou jet skis. Para estes casos, são usados os reboques, que os motoristas podem puxar carreta, trailer e outros tipos de extensores instalando um engate no automóvel. Justamente por ser a opção que mais altera a característica do veículo, a regulamentação é mais rigorosa. De acordo com o código, o motorista precisa registrar e licenciar no órgão estadual de trânsito o reboque (como um carro), que precisa ter plaqueta com o nome do fabricante, o CNPJ e o registro do Inmetro, tomada e instalação elétrica para acionar os dispositivos de iluminação do reboque, gancho para fixação da corrente de segurança e, por fim, ter a cabeça maciça e arredondada, não podendo tapar a placa do veículo. Além disso, dependendo do peso do carro com o reboque, a CNH de categoria B (para veículos com até 3.500 kg de peso bruto) não serve, se fazendo necessária a de categoria E.

O descumprimento das normas, além de tornar o transporte inseguro, pode acarretar na remoção e até retenção dos veículos. METRO

Tecnologia. Desejo manifestado pelos clientes levou montadora a criar combo tecnológico no J3, J3 Turin e J6 Movie

J6 ganhou DVD nos encostos pelo mesmo preço

Tela touchscreen é destaque no J3

FOTOS: DIVULGAÇÃO

Jac aposta em entretenimento

O perfil do consumidor brasileiro mudou muito nos últimos anos. Com poder aquisitivo maior, a população passou a comprar mais e também a se queixar mais dos produtos e serviços. Aliado a isso está a acirrada concorrência. O resultado é que a voz do consumidor passou a ser mais ativa.

Atento a isso, a JAC Motors apresentou na última semana um pacote de entretenimento para três de seus modelos: o J3, agora Play, e o J3 Turin, denominado de J3 Turin Play, e o J6, agora chamado de J6 Movie.

As novidades são reflexo direto de uma pesquisa consolidada em mais de 70 concessionárias da marca, presente no país desde 2010. “Com preços competitivos, essas séries especiais chegam ao mercado para atender a uma demanda identificada nas conversas com os clientes: o entretenimento”, confirma a empresa.

Interior do J6 continua igual

Com isso, um combo completo de tecnologia foi integrado aos modelos. No caso do hatch J3 Play e do sedã J3 Turin Play, o kit traz tela touchscreen de 6,2’’, rádio AM/FM com CD Player, DVD Player, TV Digital, sistema de navegação com GPS, entradas USB, auxiliar, SD card e iPod, além de Bluetooth, função PIP (Picture in Picture, que permite a exibição de duas imagens distintas simultaneamente) e câmera de ré. “Com esse equipamento, que é indisponível no segmento de compactos como item de série, o J3 Play e o J3 Turin Play reforçam sua atratividade junto a um consumidor que ainda terá à disposição toda a lista de itens de série dos carros, ressalta a montadora, se referindo ao ar-condicionado, direção hidráulica, vidros, travas e retrovisores elétricos, airbag duplo, freios ABS, entre outros.

Obviamente, com a inclusão de tantos itens, o preço também mudou. Mas, nada assustador pelo pacote oferecido, já que a versão comum do hatch J3 saia por R$ 36.440 e a atual não sai por menos de R$ 36.990. No caso do J3 Turin Play os preços passaram de R$ 38.620 para R$ 38.990.

Já a minivan J6 ganha duas telas de 7’’, instaladas na parte traseira dos encostos dos bancos dianteiros, que vêm com fones de ouvido sem fio, entrada auxiliar e videogame. “Este pacote de entretenimento é direcionado a passageiros mirins”, diz a JAC Motors. No caso do J6 Movie, os preços não foram alterados: R$ 57.990 (versão de cinco lugares) e R$ 59.990 (sete lugares). METRO

Pacote do J3 Play garante interatividade

Minivan foca nas crianças

No exterior dos modelos nada mudou

DVD nos encostos será equipamento de série na minivan

R$ 57.990
é o preço da versão de cinco lugares do J6 Movie, o mesmo estabelecido para o modelo sem o pacote de entretenimento

AGORA INTERNET E TORPEDO VIVEM ASSIM: GRUDADINHOS.
INTERNET E TORPEDOS À VONTADE POR UM VALOR ÚNICO.
Por R$ 0,75/dia, você pode navegar e mandar torpedos à vontade.
E o melhor: só paga no dia que usar.
INFINITY WEB+ TORPEDO
WEB+TORPEDO=
R$ 1,00
R$ 0,75 / DIA QUE USAR
Cliente TIM: envie um torpedo com a palavra SIM para
o número 5000 e ative o Infinity Web+Torpedo sem taxa de adesão.
Se você não é TIM, compre já seu TIMChip e aproveite.
Clientes pessoa física dos planos Infinity Pré, Infinity Controle, Liberty Controle e oferta Liberty Controle Express são elegíveis à promoção Infinity Web+Torpedo. O cliente terá 10 MB de internet para trafegar até o fim do mesmo dia, com velocidade de até 500 kbps. Ao atingir 10 MB, o cliente continuará navegando pela internet, porém sua velocidade será reduzida para até 50 kbps. Novos clientes dos planos citados estarão com a oferta ativada automaticamente e poderão desativá-la ligando *222. Veja regulamento e mais informações sobre validade e abrangência das ofertas no site www.tim.com.br.
TIM
Você, sem fronteiras.